

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi kasus ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi pada saat sekarang. Pada penelitian ini dilakukan secara observasional dan wawancara. Penelitian observasi dan wawancara ini untuk melakukan penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada remaja obesitas di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung.

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 15-18 tahun di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung.

2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah 1 laki-laki dan 1 perempuan yang memiliki status gizi IMT/U (obesitas) di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel menggunakan *Random Sampling* (sampel acak). *Random Sampling* adalah pengambilan sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung.

2. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2023.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang dilakukan disesuaikan jenis data yang diambil, meliputi :

1. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan peneliti dari berbagai sumber yang ada. Data sekunder yang di kumpulkan berbagai sumber yaitu dokumen atau laporan.

2. Data Primer

Data primer diperoleh dari data yang didapatkan secara langsung dari subjek melalui wawancara dengan objek penelitian baik secara observasi ataupun pengamatan langsung, cara pengambilan data yaitu :

a. Data Identitas Responden

Data identitas responden meliputi umur, dan jenis kelamin responden pada saat melakukan wawancara .

b. Data Assesment Responden

- 1) Data antropometri responden meliputi tinggi badan (TB) yang diperoleh dengan cara pengukuran menggunakan microtoise dengan ketelitian 0,1 serta data berat badan (BB) diperoleh dengan cara penimbangan menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,01 kg.
- 2) Data biokimia diperoleh dengan mencatat dari hasil pemeriksaan laboratorium responden (jika ada).
- 3) Data fisik klinis yang diambil dari responden meliputi keadaan umum, terkait keluhan yang diperoleh melalui wawancara langsung.
- 4) Data riwayat gizi sekarang diperoleh secara kuantitatif dari perhitungan tingkat konsumsi energy dan zat gizi (energi, protein, lemak, karohidrat) dengan metode recall. Untuk merubah data makanan responden menjadi jumlah zat gizi sesuai kebutuhan, maka dibutuhkan daftar komposisi bahan makanan, daftar bahan makanan penukar dan program Nutrisurvey.

- 5) Data Riwayat Personal diperoleh dengan wawancara kepada responden meliputi, riwayat penyakit dahulu dan sekarang, kebiasaan, serta sosial ekonomi, dan aktivitas fisik sehari-hari.
- c. Data Diagnosis Gizi responden diperoleh dengan cara mencari pola dan hubungan antar data yang terkumpul (antropometri, biokimia (jika ada), fisik/klinis, riwayat gizi, riwayat penyakit) dan kemungkinan penyebabnya kemudian memilah masalah gizi yang spesifik dan menentukan masalah gizi sesuai dengan domainnya secara singkat dan jelas. Diagnosis gizi dikelompokkan menjadi 3 domain yaitu :
- Domain Asupan (ND), Klinis (NC) serta perilaku dan lingkungan (NB).
- d. Data Perencanaan Intervensi Gizi Pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan mengamati perencanaan intervensi. Perencanaan intervensi gizi meliputi :
- 1) Melakukan koordinasi kepada orang tua responden.
 - 2) Melakukan pendampingan gizi selama 1 minggu.
 - 3) Mengidentifikasi dan mencatat masalah gizi yang terjadi pada responden.
 - 4) Memberikan nasehat gizi sesuai permasalahannya
 - 5) Memberikan materi pendampingan gizi.
 - 6) Melakukan Terapi Diet
 - a) Penetapan Tujuan Diet ditetapkan berdasarkan masalah gizi atau sign and symptom yang telah ditemukan pada responden.
 - b) Preskripsi Diet Diperoleh dari hasil wawancara dan mengacu pada standar diet. Preskripsi diet secara singkat berisi :
 - (1) Rencana perhitungan kebutuhan energi dan zat gizi responden.
 - (2) Jenis diet.
 - (3) Modifikasi diet.

(4) Mengubah jumlah, frekuensi makan dan kebiasaan makan responden.

(5) Jadwal pemberian diet.

7) Setelah dilakukannya koordinasi dan terapi diet langkah selanjutnya adalah menyusun menu responden dalam 3 hari sesuai dengan kebutuhan dan diet yang dijalannya. Serta dilakukannya penyusunan menu, tahap selanjutnya adalah mencontohkan dengan cara memberikan menu yang sesuai dengan diet rendah kalori kepada responden selama 3 hari intervensi. Setelah dilakukannya intervensi selanjutnya adalah berkoordinasi kembali kepada orang tua responden untuk membuat menu sesuai dengan contoh menu diet rendah kalori yang sudah di contohkan. Setelah dilakukannya pemantauan selama 3 hari langkah selanjutnya adalah melakukan monitoring dan evaluasi terhadap asupan makannya apakah ada perubahan atau tidak terkait diet yang sedang dijalani serta melakukan recall untuk mengetahui asupan makan responden.

8) Terapi Edukasi

Kemudian setelah dilakukannya pemantauan asupan makan Langkah selanjutnya adalah terapi edukasi gizi berupa materi konseling/edukasi diperoleh pada saat wawancara langsung dengan orang tua dan responden.

Media yang digunakan yaitu berupa leaflet dan daftar bahan makanan penukar untuk menjadikan panduan responden dalam melanjutkan dietnya.

e. Data monitoring dan evaluasi gizi yaitu diperoleh dari hasil observasi langsung kepada responden berdasarkan intervensi yang telah dilakukan meliputi :

(1) Data tingkat konsumsi (energi, zat gizi makro dan mikro) diperoleh dengan menggunakan formulir food recall 24 jam selama penelitian.

- (2) Antropometri, dengan melakukan pengukuran langsung menggunakan timbangan digital dan microtoise.
- (3) Aktifitas fisik, dengan menganjurkan kepada responden untuk melakukan aktifitas fisik setiap paginya minimal 15-30 menit.
- (4) Peneliti merekap hasil perubahan perilaku dari responden pada akhir proses pendampingan dan dilakukannya pembahasan.

E. Instrumen Pengumpulan Data

1. Formulir, meliputi :
 - a. Lembar penjelasan untuk mengikuti penelitian
 - b. Lembar persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian (informed consent)
 - c. Formulir NCP
 - d. Formulir Recall
 - e. Formulir pengetahuan gizi seimbang
2. Peralatan, meliputi :
 - a. Timbangan digital
 - b. Microtoise
 - c. Alat tulis
 - d. Laptop/ komputer
 - e. Kalkulator
 - f. Tabel komposisi pangan indonesia (TKPI)
 - g. Bahan penukar/ buku foto makanan

F. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis deskriptif dengan cara membandingkan hasil penelitian ini dan analisis univariat untuk menghitung persentase asupan responden. Analisa data meliputi hasil data sebelum dan setelah dilakukan Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada remaja obesitas yang nantinya disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan melakukan penadampingan asuhan gizi terstandar pada remaja obesitas di SMA Al-Azhar 3 Provinsi Lampung Tahun 2023.